



SERDAR DEMİRKAN
MİMARLIK

☎ 0454 216 32 45

Fatih Caddesi Taşhan İş Hanı Kat: 1 / GİRESUN

BEREKET İNŞAAT

SANAYİ TİCARET LİMİTE ŞİRKETİ

★Demir ★Korige Boru ★Aşkale Çimento Bayii
★Çimento ★BTG Gaz Beton ★Gemlik Gübre Bayii
★Örtü Sacı ★Nakliyat ★Her Çeşit Boru
★Çinko ★Kereste Çeşitleri ★Pres Tuğla
★Tuğla ★Laminat Parke ★Kaplama Tuğla
★Kireç ★Plywood ★Ateş Tuğla
★Kum Çakıl ★İnşaat Malzemeleri ★Favori Boya
★Alçı Malzemeleri

"Temelden Çatıya"

Giresun Trabzon Sahil Yolu
Dereli Kavşağı No: 1
GİRESUN

Tel : 0.454 225 84 57
Faks : 0.454 225 84 67
Gsm: 0.544 616 01 40

EPosta:
bereket.gubre@hotmail.com

Freşa®

FREŞA İÇECEK GRUBU

Freşa Freşa Premium Extra Cplus İnışdibi

GİRESUN

Günlük Siyasi Bağımsız Yerel Gazete

www.giresungundem.com

GÜNDEM

28 Eylül 2024 Cumartesi

Sayfa: 1

Sayı: 7026

Yıl: 20

Fiyatı: 5 TL

ÖZYILMAZ YAPI

KÜLTÜR TUĞLASI (DOĞALTAŞ) - SIVA -
MANTOLAMA - DEKORATİF BOYA - ALÇI
SIVA - DEKORATİF PANELLER - ALÇI PAN
ANAHTAR TESLİM DAİRE TADİLATI

Hacısiyam Mah. İnönü Cad. No: 64/B GİRESUN
Mustafa ÖZYILMAZ GSM: 0535 914 58 04

Karahasan: Kokarca Zararlısı Afad Kapsamına Alınmalı

Kimyager Ömer Karahasana Kahverengi Kokarca ile mücadele yöntemlerinin Doğru ve Etkili bir şekilde yapılmasının hayati önem taşıdığını ve Kokarcadan zarar gören çiftçilerin AFAD Kapsamına alınması gerektiğini söyledi.

Karahasan'Özellikle Giresun'un bir kısmı ve Ordu bölgesinde çok yoğun olan Kokarcanın ,randımanı 30' lara kadar düşürdüğü bilinmektedir. Yıllık ortalama 2 - 2.5 milyar dolar ihracatımız olan fındığımızın son zamanlarda Kokarca böceği ile başı beladadır. Kimi yerde Kayıpların %50 'lere kadar ulaştığı görülmektedir. Ülkemizin en önemli



tarım ürünü olan ve ihracat da 1.sırada yer alan fındıkta kayıplar çiftçilerimizi çok zor duruma düşürmektedir.

Tarım Bakanlığı Kokarca böceği konusunda gerek sahada gerek medyada vatandaşlara yardımcı olsalar da bu mücadele zaman alacaktır. Bu zaman zarfında Ordu- Giresun gibi illerin ellerindeki tek geçim kaynakları olan Fındığın randımanının düşmesi ve 4-5 ton fındık olan bahçelerden 1 tonlara kadar hatta 500 kilogramlara kadar fındığın çıkması Yöre halkında ekonomik olarak büyük kayıplara yol açmaktadır.

Yetkililerden ve Siyasilerden Ziraat Odalarından bu konuya sahip çıkmasını bekliyoruz." dedi.

Haber:
Mustafa Cici

Piraziz'de Su Baskınlarına Karşı Hummalı Çalışma

Piraziz Belediye Başkanı Mahmut Esat Ayyıldız su baskınlarını önlemeye yönelik çalışmaların sürdürdüğünü söyledi.

Piraziz Belediyesi, Belediye Başkanı Mahmut Esat Ayyıldız'ın talimatları doğrultusunda ilçede altyapı ve yol yenileme çalışmalarına hız kesmeden devam ediyor. Fen İşleri Müdürlüğü'ne bağlı ekipler, ilçenin Yeni Mahalle 1003 nolu sokakta yağmur suyu hattı döşeme çalışmalarını sürdürüyor. Bu kapsamda bölgedeki su baskınlarını önlemeye yönelik önemli bir adım atıldı.

Ayrıca Yeni Mahalle Bahçe-



lievler mevkiinde parke onarım çalışmaları gerçekleştiriliyor. Yollardaki mevcut deformasyonların giderilmesi için yapılan bu çalışmalar, bölge sakinlerine daha güvenli ve konforlu ulaşım sağlamayı amaçlıyor.

Piraziz Belediyesi, ilçenin diğer noktalarında da yenileme çalışmalarına devam ediyor. Yeni Mahalle'de ekipler, sıcak asfalt dökümünü tamamlayarak

yolları yeniledi. Başkan Ayyıldız, belediye ekiplerinin titizlikle hazırladığı program dahilinde çalışmaların aralıksız süreceğini belirtti.

Başkan Mahmut Esat Ayyıldız: "Piraziz'in altyapı ve üst yapı çalışmalarını büyük bir titizlikle sürdürüyoruz. İlçemizin tüm mahallelerinde ihtiyaç duyulan yolları yenileyerek halkımıza daha modern ve güvenli bir yaşam alanı sunmayı hedefliyoruz. Yapılan bu çalışmalar, planlı bir şekilde devam edecek ve Piraziz'i daha yaşanabilir bir ilçe haline getirmek için durmaksızın çalışacağız." dedi.

Haber: Hakan Çelebi

Ekonomik Kriz Psikoloji Nasıl Etkiliyor?



Giresun Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nden Doktora mezunu Harun Barlas Gürsoy,ekonomik krizin intiharlara nedenlere olduğunu söyledi. 3'TE



Başkan Hakan Korkmaz'dan Teşekkür

SAYFA 2'DE



Sıbiç'tan İstanbul'da Proje Atağı

SAYFA 3'TE



İlminin Gezilebilir Yeri Çok Tanıtım İçin Birlikte Yok

(Yazısı Sayfa 4'te)

Kim Bu Çepniler Kitabı Yayınlandı



SAYFA 5'TE

Hacı Abdullah Halife Bugün Anılacak



Hacı Abdullah Halife bugün anılıyor.. Giresun'un Yağlıdere ilçesinde, Yavuz Sultan Selim'in Trabzon Valiliği sırasında hocalığını yaptığı belirtilen Hacı Abdullah Halife'yi anma programı düzenlenecek. 2'DE

Erbakan, Giresun'da ziyaretlerde bulundu



Yeniden Refah Partisi Genel Başkanı Fatih Erbakan, Giresun'da ziyaretlerde bulundu. SAYFA 2'DE

Giresun'un İlk kadın ahisi mesleğini 40 yıldır sürdürüyor



SAYFA 2'DE

Giresun'un ilk kadın ahisi mesleğini 40 yıldır sürdürüyor



AA
anadoluiimages
35751459 - Gütekin Yetgin

Giresun'da "Yılın Ahisi" seçilen Dilek Emine Domaçoğlu, 40 yıldır motorlu araç ön düzen ayarlığı ve lastikçilik işini sürdürüyor.

Giresun Sanayi Sitesi'nde kayınpederinin yanında 20 yaşında mesleğe başlayan ve eşi ile işini devam ettiren Domaçoğlu (60), bu yıl kentte "Yılın Ahisi" seçildi.

Mesleğini severek yapan ve aynı zamanda kentin ilk kadın ahisi seçilen Domaçoğlu, sanayi sitesindeki dükkanında işini uzun yıllar daha sürdürmek istiyor.

Domaçoğlu, AA muhabirine, bir kadın olarak bu işi yapmaktan mutluluk duyduğunu söyledi.

Çevresinden olumlu tepkiler aldığını ifade eden Domaçoğlu, "İş yapınca yorgunluklarınız bir tarafa gidiyor, mutlu

oluyorsunuz. Yapabilmek de önemli, karşı tarafın takdiri de önemli." dedi.

Domaçoğlu, sanayi esnafının aile gibi olduğunu belirterek, şöyle devam etti:

"Sabah başlar akşam bitiririz, kendi ailelerimizden daha çok buradayız. Gelenlerle ailece görüştüklerimiz var, çocuklarını, torunlarını, anne babalarını biliriz. Esnaflık bu, esnaf ve zanaatkar olmanın tüm vasıflarını yerine getirmeye çalışıyoruz."

Mesleğe başladığı ilk yıllarda kendisini görenlerin şaşırıldığını anlatan Domaçoğlu, "Sanayide bir kadının çalışması o zamanlar çok yeniydi hatta yoktu. Sonradan kadınların burada var olması gerektiği, aslında sanayinin zor bir yer olmadığı düşüncesine vesile olduk." diye konuştu.

Domaçoğlu, kadın ya da



erkek işi diye bir şey olmadığını işaret ederek, "Burada o kadar çok kadın var ki işlerini başarıyla yapıyorlar, masalarının başındalar. Ben biraz daha dışarıdayım. Gelen müşteriler burada kadın olduğunu görünce, onlara da bir rahatlık geldiğini düşünüyorum." ifadelere kullandı.

Olumsuz bir tepkiyle karşı-

laşmadığını belirten Domaçoğlu, dükkana gelen müşterileri yaptığı işten memnun olunca kendisinin de mutlu olduğunu kaydetti.

Dilek Emine Domaçoğlu, "Yılın Ahisi" seçilerek 40 yıllık emeğinin takdir edilmesinin kendisini çok memnun ettiğini sözlerine ekledi.

GİRESUN (AA)

Bulancağ Belediyesi öğrencilere ücretsiz online eğitim desteği sunacak

Bulancağ Belediyesi, Liselere Geçiş Sistemi ve Yükseköğretim Kurumları Sınavına hazırlanan gençlere ücretsiz online eğitim desteği verecek. Bulancağ Belediyesi Akademi tarafından hayata geçirilen online eğitim desteği uygulamasıyla öğrenciler eğitim platformu üzerinden videolu ders anlatımları, konu tarama testleri ve bireysel gelişim takibi gibi birçok içeriğe ücretsiz erişebilecek.

Sadece ilçede ikamet eden öğrenciler için geçerli olacak uygulamayla ilgili bilgi edinme ve başvurular, belediyenin Basın Yayın ve Halkla İlişkiler Müdürlüğünden yapılabilecek.

Belediye Başkanı Necmi Sıbiç, yaptığı açıklamada, sınavlara hazırlanan tüm öğrencilerin yanında olmak istediklerini söyledi.

Gençlere hem fırsat eşitliği sağlamayı hem de sınav yolculuklarında onlara güçlü bir destek sunmayı amaçladıklarını ifade eden Sıbiç, "Bu platform sayesinde gençlerimiz eksiklerini tespit edip adım adım kendilerini geliştirebilecekler. Eğitimde fırsat eşitliği sağlamak ve gençlerimizin hayal ettikleri başarıya ulaşmalarına katkıda bulunmak bizim için büyük bir gurur kaynağı olacaktır." dedi.

GİRESUN (AA)

Başkan Hakan Korkmaz'dan Teşekkür

Türk Kızılay'ın halk sağlığı çalışmalarının daha geniş kitlelere ulaşması amacıyla yürütülen Şubelerde Halk Sağlığı Kapasite Geliştirme Programı kapsamında, Türk Kızılay Giresun İl Merkezi'nde kapasite geliştirme programı gerçekleştirildi.

Türk Kızılay Giresun Şube Başkanı Hakan Korkmaz çalışmanın başarılı şekilde yapıldığını ifade ederek, "Halk Sağlığı ve Psikososyal Hizmetler Direktörlüğü ve Samsun Türk Kızılay İlk Yardım Eğitim Merkezi'nden toplam 5 kişilik bir ekip, ilk yardım, psikolojik ilk yardım, çalışanlarımıza/gönüllülerimize psikososyal destek ve toplum sağlığı alanlarında 29 katılımcıya yönelik programı

yürütmüştür.

İlk yardım kapsamında kamamalar, çalışanlarımıza/gönüllülerimize ve Üniversiteden katılan öğrencilerimize, psikososyal destek kapsamında öz bakım ve stres yönetimi, toplum sağlığı kapsamında sağlıklı yaşam konuları ele alınmıştır. Katılımcılarımız bu konularda il çapında topluma yönelik bilinçlendirme çalışmalarını yürütecektir.

Halk Sağlığı ve Psikososyal Hizmetler Direktörlüğü ekiplerine, Giresun MYO Öğr. Üyesi Sn. Sinem Mihçi ve Büro Yönetimi ve Yönt. Asistanlığı 1. sınıf öğrencilerine, destek veren tüm katılımcı ve gönüllülerimize çok teşekkür ediyoruz." dedi.

Haber: Fatma Uğurlu



Yeniden Refah Partisi Genel Başkanı Fatih Erbakan, Giresun'da ziyaretlerde bulundu



AA
anadoluiimages
35743905 - Gütekin Yetgin

Çeşitli programları kapsamında geldiği kentte Giresun Kalesi'ndeki bir restoranda basın toplantısı düzenleyen Erbakan, İsrail terörünün, vahşetinin devam ettiğini belirterek, asıl hedefin büyük İsrail'in kurulması olduğunu söyledi.

Erbakan, Yeniden Refah Partisi belediyelerinin yapacağı hizmetlerin kendilerinin milletinin gönlünde daha da yukarıya taşıyacağını ifade

ederek, "Belediye yönetiminde milli görüş farkını, Yeniden Refah farkını ortaya koyduğumuz zaman milletimiz merkezi hükümeti de bize teslim etmek için daha da rahat şekilde hareket edecek." dedi. Bir gazetecinin, Yeniden Refah Partisinin başka bir siyasi partiyle bir araya gelip gelmeyeceği yönündeki sorusuna Erbakan, şu yanıtı verdi:

"Bizim Yeniden Refah Partisi olarak herhangi bir parti ile

resmi olarak birleşme gibi bir gündemimiz yok. Biz Yeniden Refah Partisi olarak, kendi isimimizle logomuzla parti programımızla yolumuza devam edeceğiz. Ancak orada şunu da kastetmiş olabilirler, Mecliste bir grup oluşturulması, yani Yeniden Refah Partisinin varlığını devam ettirerek Yeniden Refah Partisinin milletvekillerinin de içinde olduğu bir grup oluşturulması noktasında bir ifade olabilir. Bununla ilgili de

herhangi bir düşüncemiz şu ana kadar olmadı."

Daha sonra Eynesil ilçesinin Ören beldesine geçen Erbakan, Ören Belediyesini ziyaret etti. Belediye Başkanı Soner Erkan ile görüşen Erbakan, beldede esnaf ziyaretlerinde bulundu, vatandaşlarla sohbet etti. Erbakan, ilçe merkezinde partisinin Eynesil İlçe Başkanlığı binasının açılışını da gerçekleştirdi.

GİRESUN (AA)

28 Eylül
2024 Cumartesi

GİRESUN
GÜNDEM

SAYI:
7026

İmtiyaz Sahibi
HATİCE CİCİ

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Mustafa CİCİ

Sayfa Sekreteri (Editör)

Hakan ÇELEBİ

Muhabir

Osman YILMAZ

Muhabir

Fatma UĞURLU

İLAN VE REKLAM TARİFESİ

Resmi İlan (Tek sütun cm) 140 TL.
Tüzük Kongre İlanı 1.000 TL.
Zayı İlanı 200 TL.
Özel İlanlar : Pazarlığa Tabiidir.
Abone Bedeli : 2000 TL. (Yıllık)
: 1000 TL. (6 Aylık)

NOT: Bu tarifelere KDV dahil değildir.

YÖNETİM MERKEZİ

Kapı Mah. Gazi Cad. Güven Çarşısı

No: 89 Kat: 4 Daire No: 204 GİRESUN

DİZGİ ve BASIM YERİ

Giresun Gündem Gazetesi Matbaası

Kavaklar Mah. Soner Sk. No:3/2

GİRESUN

İLETİŞİM

Tel: 0.454 216 05 75

Fax : 0.454 212 02 88

Gsm : 0.538 414 81 41

EPosta : giresungundem28@gmail.com

Web : www.giresungundem.com

YEREL SÜRELİ YAYIN

Gazetemizde yayınlanan Köşe Yazıları, tamamen yazarın şahsi görüş ve fikirleri olup; hukuken Giresun Gündem'i bağlamaz.

GİRESUN GÜNDEM, BASIN MESLEK AHLAKINA UYAR

E-Tebligat Adresi: 15433-34785-15788

Hacı Abdullah Halife Bugün Anılacak



Ahilik kaftası kapsamında 28 Eylül Cumartesi günü Tekke köyünde saat 10.00'da başlayacak etkinlikte Yağlıdere ve Giresun'un yanı sıra il dışında da çok sayıda misafirin katılımı bekleniyor.

Anma etkinliğine katılanların Hacı Abdullah Halife'nin Tekke ve Tuğlacık köyünde bulunan türbesi, camisi, dergahı, değirmeni, misafirhanesi, beratları, fermanları ve külliyesini ziyaret edecek.

HACI ABDULLAH HALİFE KİMDİR?

Kanuni Sultan Süleyman'ın Tuğra ve imzasını taşıyan fermanla Hacı Abdullah Halife Vakfına ait Yağlıdere'nin Ahi Çukuru (Tekke) ve Harava (Tuğlacık) köylerinde; Tekke, Cami, Değirmen, Misafirhane ve Fırından müteşekkil külliyesi olduğu kayıtlarda belirtildi.

Vakıf fermanında şahit olarak Kanuni dönemin'in Sadrazamların'dan, Hadim Süleyman Paşa, Rüstem Paşa, Mehmet Paşa, Hüsrev Paşa, Rumeli Beylerbeyi Ahmed Paşa, Şeyhül İslam Ebussuud efendi ve İstanbul kadısı Hasan Bin Mehmed'in de imzaları bulunuyor. 500 yıldır ziyaret edilen Tekke'nin 929 (1522-3) yılında yeniden tapu kaydı yapıldı. Vakfiye'nin 950(1544) yılında yazıldığı kayıtlardan anlaşılıyor

Hacı Abdullah Halife'nin türbesi Tuğlacık (Harava) köyünde 1535-1540 yıllarında inşa edilmiş olup, Dergah, Fırın (Yıkılmış) ve Cami'den oluşan Külliye Tekke köyünde bulunmaktadır. Tekke köyü ile Tuğlacık Köyü arasında Şimşirlik mevkiinde bulunan değirmeni ve suyun geldiği yer görülmeye değer güzelliktedir. Tekkeye ait vakfiye Yağlıdere ilçesine bağlı Çağlayan köyü eşraflarından Delişifoğlu Mehmed Ağa tarafından korunmaktadır. Tekke ve Tuğlacık köylerinde Ahilik haftası kapsamında Eylül ayında Köy Muhtarlıkları ve Merkezi Gebze'de bulunan Tekke Köyü Kalkındırma, Dayanışma ve Güzelleştirme Derneği tarafından düzenlenen Hacı Abdullah Halifeyi anma günü organize edilmektedir.

Haber: Fatma Uğurlu



Ekonomik Kriz Psikolojisi Nasıl Etkiliyor?

Çalışmanın bilimsel çalışmaları kamuoyu ile paylaşıldı. Açıklamada, "İşsizlik ve intihar, toplumun yapısını ve bireylerin davranışlarını derinden etkileyen iki kritik sorun olarak öne çıkmaktadır. İşsizlik, bireylerde maddi güvencesizlik, psikolojik stres ve toplumsal dışlanmaya yol açmakta, bu durum intihar riskini artırmaktadır. Bu nedenle, işsizlikle mücadelede ekonomik çözümlerin yanı sıra sosyal ve psikolojik desteklerin de önemi vurgulanmaktadır."- denildi.

Raporda işsiz kalan kişilerin kendilerini yetersiz, değersiz, umutsuz ve çaresiz hissetmeleri sonucunda, bu duyguların depresyon, anksiyete, stres ve özgüven kaybına yol açtığı, bu



psikolojik sorunların ise intihar düşüncesini ve davranışını tetiklediği ifade ediliyor. Ayrıca, işsizlik ve geçim sıkıntısının bireylerin aile ve toplumla olan ilişkilerini olumsuz etkileye-

rek, aile içi şiddet, boşanma, yalnızlık, sosyal dışlanma ve yoksulluk gibi sorunlara yol açtığı ve bu durumların da intihar riskini artırdığı vurgulanıyor... Çalışmada, intiharın önlenme-

si için işsizlikle mücadele edilmesi, işsiz bireylere psikolojik destek sağlanması ve sosyal güvenlik ağının güçlendirilmesi gerektiği belirtiliyor.

Haber: Fatma Uğurlu

Necmi Sıbiç'tan İstanbul'da Proje Atağı



Bulancak Belediye Başkanı Necmi Sıbiç, Bulancak için mega projeler devreye sokacaklarını söyledi.

Sıbiç, İstanbul'da değişik Belediye yetkilileri ile projeler konusunda bir araya geldi.

Bulancak Belediye Başkanı Necmi Sıbiç, ilçemizin gelişimi ve geleceğe yönelik projeler için İstanbul'da önemli temaslarda bulundu. Bu ziyaretlerde kardeş belediyeler ve İstanbul Büyükşehir Belediyesi yetkilileriyle gerçekleştirilen görüşmelerde, bölgenin en önemli projelerinin startı verildi.

Sıbiç ilk olarak Avcılar Belediye Başkanı Utku Caner Çaykara ve İBB Meclis Üyesi, Avcılar

Meclis Grup Başkanı Ufuk İnan ile bir araya geldi. İnan'ın içten karşılaması ve samimi sohbeti, kardeş belediyeler arasındaki bağları daha da güçlendirdi. Başkan Necmi Sıbiç, bu dostane karşılaşmadan dolayı teşekkürlerini iletti ve Bulancak için yapılacak projeler üzerinde olumlu görüşmeler gerçekleştirdi.

Ardından, kardeş belediye olan Bakırköy'ün Belediye Başkanı Dr. Ayşegül Ovaloğlu'nu makamında ziyaret eden Sıbiç, burada belediyeler arası iş birliğini güçlendirecek ve her iki ilçenin de sosyal ve kültürel gelişimine katkı sağlayacak projeler üzerinde durdu. Misafirperverliği ve samimi ev sahipliği için Başkan

kan Ovaloğlu'na teşekkür eden Necmi Sıbiç, ortak projelerin her iki ilçenin de geleceğine önemli katkılar sağlayacağını belirtti.

Sıbiç ve beraberindeki heyet ayrıca, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Mahalli İdareler Koordinatörü Kemal Aydın ve İSKİ Koordinatörü İlyas Şahin ile de bir görüşme gerçekleştirdi. Bu toplantıda, Bulancak'ın modernleşme sürecini hızlandıracak projeler üzerinde detaylı bir fikir alışverişinde bulunuldu. Başkan Sıbiç ayrıca, İstanbul Büyükşehir Belediye Başkanı Ekrem İmamoğlu ile de projeler hakkında görüş alışverişinde bulundu. İmamoğlu'nun desteğiyle, Bulancak'ın ihtiyaç duyduğu

yatırımların daha da hızlanacağını ifade etti.

Başkanı Necmi Sıbiç, ziyaretler sonrasında "İlçemizin geleceği adına büyük projelerin temelini atıyoruz. Kardeş belediyelerimizle birlikte yürüttüğümüz çalışmalarla Bulancak'ı daha modern, yaşanabilir ve güçlü bir şehir haline getirmek için var gücümüzle çalışıyoruz" dedi. Başkanımız, ayrıca kültürel ve sosyal projelerle kardeş belediyelere her zaman destek olacaklarını ve iş birliğini daha da pekiştireceklerini belirtti. "Bu köprü ile Bulancak'ı Karadeniz'in işlek bir kültür ve turizm merkezi yapma kararlılığımızda" dedi.

Haber Merkezi



ELEMAN ALINACAKTIR

TANCAN MADENİ YAĞ İŞLETMESİNDE İSTİHDAM EDİLMEK ÜZERE USTA, KALFA, ÇIRAK DÜZEYİNDE ÇALIŞANLAR ARANMAKTADIR.

Gedikkaya Mahallesi, 3 Nolu Sokak, Oto Sanayi Sitesi, No: 28. MERKEZ / GİRESUN
TELEFON: 0533 523 47 00 / bilgi@tancan.com.tr



Şaban Karakaya

İLİMİZİN GEZİLEBİLİR YERİ ÇOK TANITIM İÇİN BİRLİKTELİK YOK

Şaşırp da birliktelik yapabilesek;
Cennet köşesi doğal güzelliklerimizi...
Miras bırakılan tarihi zenginliklerimizi...
Giresun'a görmeye gelen gezginciler;
Bu mekanları bir haftada anca gezer...
Örneğin Giresun'u gezmeye gelenler;
Gezisine Giresun Kalesinden başlasa...
Kale'den gezisinden sonra Ada'ya bir tur yapsa...
Ada'nın üzerinde piknik sofrasını kursa...

Doğaçlama yaptığı eğlencelerle gülüp-oyunsa...
Bir gününü bu iki yerleşkede tüketir...
Yaylalara çıkmadan;
Sahilde var-olan tarihi mekanları dolaşsa...
İkinci gün sabah kahvaltısını;
Espiyeye Pidesiyle ANDOZ Kalesinde yapsa...
Ardından tarihi Tirebolu Kalesine uğrasa;
Acıktığında karnını mezgit buğlatma ile doyursa...
En az iki gününü de bu yörelerde geçirir gezginciler...
Ardılı günlerde;

Dereli ilçesinde 'Mavi Gölü' ziyaret etse...
Mavi gölden gelen şelalenin karşısında resim çektirse...
Ardından Mavi Göl yerleşkesine yakın olan...
Ve Karadeniz'in Pamuk-kalesi olarak adlandırılan;
Göksu Travertenlerinde gönlünü ve ayaklarını serinletse...

En az bir gününü de burada tüketir...
Alucra ve Şebinkarahisar'a çıkmadan önce;
Yeşilin tonlarının birbirine senkronize olduğu Kümbet yaylasına uğrasa...
Önce Çifte Oluk Çeşmesinden su matarasını doldursa...
Sonra Salon Çayırına geçip veya Aymaç tepesinde mangalını yaksa...
Karnını doyurduktan sonra yeşil çimenlerin üzerinde yatıp-yuvarlansa...
Gezginciler bir gününü de bu yaylada geçirir...
Durun daha bitmedi...
Yaylalara çıkmışken;
Yağlıdere'nin 'Gölyanı' yaylasına çıkmadan olmaz...
Önce bu yaylaya da bir uğrayalım...
Ardından da Alucra'nın mülki sınırları içinde olan Çakrak Yaylasına çıkalım...
Geçmişten kalan Kiliselerin



tarihi dokularına bir-bakalım...
Buraya gelmişken öğlen beslenmemizi de 'çubuk pirzola' ile yapalım...
Karınlar doyurulsun;
Biraz sonra yine Alucra'ya bağlı Hacı Abdullah Duvarını görmeye gideceğiz...
Hani, Çin Seddinden sonra en uzun duvar denilen duvarın uzunluğunu göreceğiz...
Uzunluğu 6,5 kilometre olup, 1610'lu yıllarda Rum ustalar tarafından yapıldığı söylenen Hacı Abdullah Duvarını bir kısmını yakından, bir kısmını da uzaktan seyretmeye gideceğiz...
Bu tarihi mirası da görüp inceledikten sonra;
Tarihçesi yüzyıllar ötesine dayanan Şebinkarahisar ilçesine gideceğiz...
Önce Şebinkarahisar Kalesine çıkıp, çevreyi kuşbakışı gözlemleyeceğiz...
Ve ardından da tarihi



Tamzara Yerleşkesine geçeceğiz...
Buranın geçmişi ve kültürü üzerine sohbet ettikten sonrada;
Tarihi Kaya Kilisesi olan 'Meryem Ana Kilisesini' ziyaret edeceğiz...
Gördüğümüz gibi;
Gezi takvimiz gittikçe uzuyor...
Ve doya doya gezmek için gün yetmiyor...
Çünkü Şebinkarahisar'dan ayrıldıktan sonra;
Daha Kulakkaya Yaylasına uğrayacağız...
Oradan da Bektaş Yaylasına çıkacağız...
Hatta çıkınlarımızdaki lastik Botlarımızı çıkarıp;
Karagöl yaylasındaki 'Camlı Göl' veya 'Sağrak Gölde' Botlarımızın üzerinde yatacağız...
Vesaire, vesaire...
Şimdi merak edip şunu soracaklar olacaktır;

"Yahu hocam, durup-dururken bu yaz bitiminde böylesi bir sohbet etmekte nereden aklına geldi?"
Diye düşünenleriniz ve soranlarınız olabilir...
Gerekçemi veya nedenimi hemen söyleyeyim;
Bugün; 27 Eylül...
Dünya Turizm Örgütü bu günü 1980 yılından beri 'Turizm Günü' olarak kutluyor...
Bizim ülkemizde bu karara ayak uyduruyor...
(Aslında 15-22 Nisan arası da Turizm Haftası olarak kutlanıyor)
Her neyse...
Kısacası;
Bende bu 'turizm gününü' fırsata dönüştürmek istedim...
Ve bu fırsattan istifade ederek, yöremizin doğal güzelliklerin, tarihi zenginliklerini -tanıtma amaçlı- anlatmayı yeğledim...
Sohbetimizi de Pir Sultan Abdal'ın bir deyişinden esinlenerek ve biz Giresunlulara evirerek şöyle demek isterim;
"Gelin canlar bir olalım,
Bireyciliği bir tarafa bırakalım,
Bir 'birliktelik' sağlayalım,
İlimizi adam gibi tanıtalım,
Laik olduğu yere taşıyalım"
Bu duygu ve düşüncelerle;
Kalın sağlıklılıkla...

AYAYDIN OTOMOTİV OTO ALIM SATIM KİRALAMA

YILMAZ AYAYDIN

0535 838 79 28

Çınarlar Mahallesi No: 32
GİRESUN

Kim Bu Çepniler Kitabı Yayınlandı

Giresun Medya Platformu Başkan Yardımcısı Yazar Şaban Kutlu'nun son kitabı "Kim bu Çepniler?" zor şartlarda yayınlanarak piyasaya çıktı

'Kim Bu Çepniler?' isimli eser, günümüzde hala yaşatılmakta olan Çepnilere ait kültürel, folklorik ve tarihi zenginliğinin tanıtılması ve başta Karadeniz Bölgesi olmak üzere Çepni Boylarının Anadolu'daki iskân hareketlerinde oynamış oldukları önemli rolün aktarılması amacıyla günümüze kadar yapılmış olan akademik ve yerel çalışmaların ışığında, bölge genelinde alan araştırmalarıyla derlenen bilgilerden yararlanılarak hazırlanmıştır.

Şaban Kutlu'nun 1917-1918 yılları arasındaki, Karadeniz Rus işgal yıllarına ait bölgede yaşanan olayların derlendiği, 'Geçmişten Günümüze Her Yönüyle İnanca' tipik bir Çepni yurdu olan Giresun Çanakçı ilçesinin sosyo-kültürel ve tarihi yönden incelendiği 'Yitik Kent Çanakçı', Çepni çoban kültürünün bir parçasını oluşturan, İngilizce ve Türkçe olarak Giresun Valiliğince yayımlanan, Unesco İnsanlığın Somut Olmayan Dünya Kültür Mirası 'Kuş Dili (Islık Dili) ve Çepni sözlü kültürüne ait 'Gelinliğin Efsanesinde' yer aldığı 'Ateşi Suyu Tutmak' adlı öykü derlemesinden sonra beşinci çalışmasıdır.

TARİHİ, KÜLTÜREL, ARAŞTIRMA, İNCELEME

Yazar Şaban Kutlu'nun kitabı 4. 5 yıllık bir süre içinde büyük bir emek harcanarak alan bazlı yerel araştırma notlarından ve günümüze kadar yapılmış olan değişik Çepni ile alakalı çalışmalardan yararlanılarak hazırlanmıştır.

Anadolu coğrafyasına dağılmış Çepni topluluklarının farklı sosyo-kültürel farklılıklarının yanı sıra, konar-göçer yaşam biçiminden yerleşik iskân durumuna

geçen bu toplulukların özellikle de Şamanizm etkisinde kalmış değişik ritüellerin günümüzdeki uygulamaları da incelenmiştir. Yakın tarih dilimi içinde gerçekleştirilen değişik kültürel, tarihi ve folklorik araştırmaların büyük bir bölümünün akademisyenler tarafından yapıldığını görmekle beraber, konuya bağımsız olarak yaklaşan, olaylara ve tarihe içinde ki akışa daha değişik bir gözle bakan yerel araştırmacıların da çok daha fazla ayrıntıları yapmış oldukları alan çalışmalarıyla günışığına çıkardıklarını biliyoruz.

Karadeniz Bölgesinin Türkleşmesi ve İslamlaşması açısından önemli görevler üstlenmiş, bu tarihi süreç içinde kendi kültürlerine de büyük ölçüde sahip çıkmayı başararak, halen bunu devam ettiren Çepni Boyu ile ilgili yeni bir yerel çalışmanın yapıldığı bu eserin, günümüze kadar yapılmış olan çalışmalara ufak da olsa bir katkı sunacağına inanıyorum.

Çepni Boylarının günümüzde büyük bir kısmının suni olarak inançlarını yerine getirdiğini görmekle beraber, azımsanmayacak oranda Anadolu coğrafyasında Alevi inancının halen devam ettiğini ve sürdürüldüğünü de ifade ederim. Alevi inanç sistemi içinde yer alan Çepnilere ait yerleşim yerlerinde ki alan çalışmaları esere daha değişik bir açıdan bakılması yönünden önem arz etmektedir.

Vilayet-i Çepni olarak bilinen Giresun bölgesinin yanı sıra, Görele (Yavabolu), Şalpaazarı, Kürtün, Espiye ve Çanakçı içinde yer alan bölgede yoğun olarak varlıklarını sürdüren, Çepnilere ait konar-göçer çoban kültürünün bir devamı durumun-



da ki günlük yaşamdan önemli yeni izlenimler ve notlar, alan araştırması bazında bu çalışmaya aktarılmıştır. Özellikle Çepnilerin ilk kez yurt tuttıkları Kürtün'le ilgili notların oldukça ilgi çekeceği kanısındayım. Bu yerleşim yerlerinin dışında kalan Çepni yaşam alanlarındaki alan çalışmalarına ait araştırma notları da ayrıca eserde kısaca yer almıştır.

Anadolu'nun İslamlaştırılması, Türkleştirilmesi, Hacı Bektaş

Veli, Güvenç Abdal, Abdal Musa, Sarı Saltuk, Ahi Evran, Yunus Emre gibi bu toprakların manevi fâhîhleri durumunda olan din ulularının ve önderlerinin kurdukları dergâhlar, tekkeler ve zaviyeler sayesinde genişlemiş ve büyük bir iskân hareketine dönüşmüştür. Bizans'ın iç bölgelerine Çepni topluluklarının ilerleyen süreçte gerçekleştirdikleri akınlarla bu manevi önderler, pirler, erenler, gönül alperenleri, dervişler, ahiler Türkistan'da Hoca Ahmet Yesevi'den ilim ve irfan olarak Anadolu'nun uçsuz bucaksız bozkırlarını fethetmiş ve Türklere açmışlardır.

Tabiatın içinde hayat süren, gelecekte de tarih sahnesinde yer alabilmek amacıyla, yaşamış oldukları çağları aşan birçok eserler meydana getirmeyi başarmış insanoğlunun dünyanın hangi yöresinde ilk olarak ne zaman hayat bulduğu hala bir sır olarak karşımızda durmaktadır.

Zaman dilimi içinde kurulan sayısız devletlerin yerini alan, bununla beraber buldukları bölgenin sınırlarını yeniden belirleyen bu ulus devletler elbette ki bir öncesinden daha kalabalık, savaş sanatını iyi bilen ve daha zengin bir toplumsal kültürü de beraberlerinde getirmişlerdir.

Türklerin anavatanı olarak kabul edilen Orta Asya'dan medeniyetlerin başlangıç noktasını oluşturan Mezopotamya'ya ya kadar tarih sahnesine değişik isimlerle çıkan yüzlerce devlet, imparatorluk, şahlık ve krallıklar zamanla yaşamış oldukları topraklara sığmaz olup, sahip oldukları medeniyetin zenginliklerini de beraberlerinde götürüp

veyüzünün değişik coğrafyalarına yayılmışlardır.

Anadolu'da Hititlerle başlayan, Selçuklularla devam eden ve dünyaya yayılan Türklerin tarihi sürecinin ilk kaynağında bulunan Oğuz Türkleri ve bunların içinde yer alan Çepnilerin günümüzde hala, yerli ve yabancı tarihçilerin devam eden bu kültür araştırmalarının Anadolu'nun ne kadar büyük ve önemli kültür zenginliğine sahip olduğunun bir ispatı olsa gerek.

Binlerce yıllık bir tarih yumağı içinde çok küçük bir nokta olsa da, Türklerin Anadolu'ya yerleşmelerinde önemli bir rol oynamış olan Çepnilerin tarihi ve kültürleri hakkında yaptığımız alan ve kaynak araştırmaları okuyucuya sunulmuştur.

ÇEPNİLER;

Orta Asya'nın step bozkırlarından akın akın gelerek bu güzel Anadolu'nun dört bir yanını vatan eylemiş, içinde bulunduğu zaman diliminde tarih akışının yönünü değiştirmiş, mücadele ve azmin gayreti ile ayakta durmayı başarmış Türkmen Çepni boyu...

Tarih sahnesinde ki asil duruşları, haksızlığın ve zulmün karşısında ise cesaretleri ile en yenilmez komutanları alt eden Şaman Kamlarının tütsülediği esmer cengâverler...

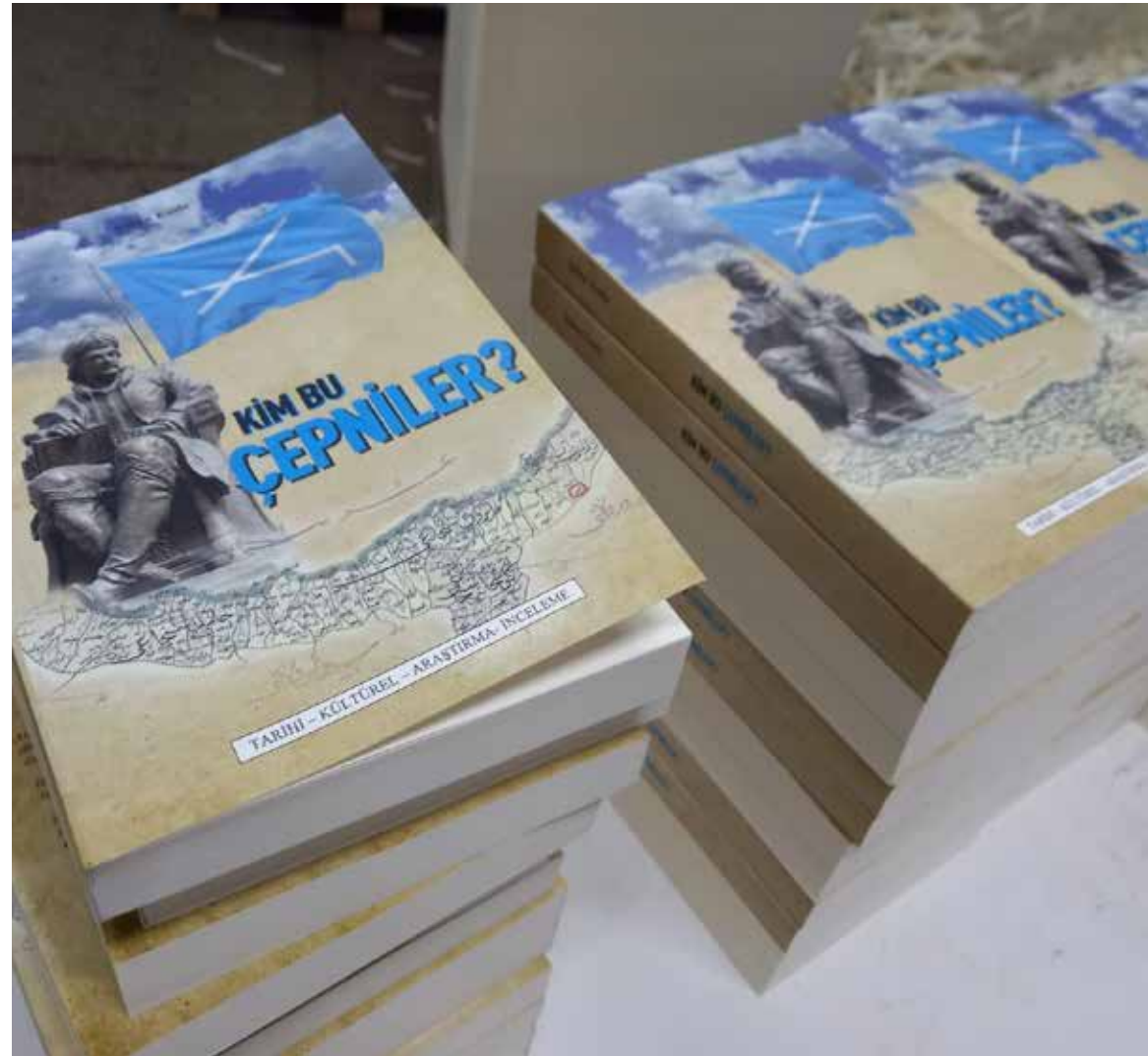
Anadolu'yu fethedecek kadar cüretkâr, inançları uğruna bir imparatorluğu yıkacak kadar korkusuz, Sungur Kuşunun kanatları altında ise alabilirdiğince özgür Yesevi'nin gönül alperenleri, Güvenç Abdal'ın has müritleri, Çepniler.

Karadeniz'in hırçın dalga-

larının sakladığı koylar boyunca uzanan derin vadilerin yaman bekçileri, Makam-ı Kürtün'ün hizmetkârları, Güvenç Abdal'ın sönmeyen ışığının altında yurt tutanlar, Abdal Musa'da, Ahıl Baba'da, Bektaş'ta, Güvenç de'de, Ali Meydanı'nda semaha kalkan, Kurban Baba'da niyet tutan Pontus'un korkulu rüyası Hacı Bektaş-i Veliye gönül veren Çepniler.

KUTLU'DAN EMEĞİ GEÇENLERE TEŞEKKÜR

Yazar Şaban Kutlu kitabın her aşamasında emeği geçenler için yayınladığı mesajında "Anadolu coğrafyasının önemli bir sosyo-kültürel parçasını oluşturan, uzun bir tarih diliminden geçerek günümüze kadar ulaşmayı başarmış Çepni kültürüne, yapmış olduğumuz arşiv ve alan çalışmalarıyla birlikte yeni zenginlikler katmayı, gelecek nesillere ise bir kültür mirası olarak bırakmayı arzuladık. Bu eserin hazırlanmasında bizlere destek veren, teşvik eden, alan çalışmaları-mızda yardımcı olan Merhum Zeki Al'a, esere kattığı yöresel tarih dokusuyla ilgili değerli bilgilerden ötürü Sayın Şükrü Çoban'a, Sayın Abdullah Maral'a, Güvenç Abdal Derneğinin değerli yöneticilerine, Sayın Adem Dağdır ve Sayın Sakine Dağdır'a, Sayın Sinan Emanet'e, Sayın Sinan Güvendi'ye, Sayın Orhan Kılıç'a, Babalının köklü yayın kuruluşu Dönence Yayıncılığa ve Sayın Kemal Özdemir'e, Sayın Hüseyin Güvendi'ye, Çepni bazlı alan araştırmalarıyla yeni bir çağ açan Sayın Coşkun Kökel'e, Sayın Veli Saltık'a, Sayın Celali Keleş'e, Giresun Medya Platformunun değerli üyelerine, Sayın İbrahim Balcıoğlu'na, Sayın Sadi Toygar'a, Yesevi Vakfı Başkanı Sayın (merhum) Erdoğan Aslıyüce'ye, Sayın Cihangir Hakan Yılmaz'a, Sayın Niyazi Bilir'e, Sayın Ercan Yıldız'a, Sayın Necip Dandin'e ve çalışmalarım boyunca eserlerinden yararlanma olanağı bulduğum değerli araştırmacılara, kıymetli hocalarıma ve bu süreç içinde yardımlarını esirgemeyen yerel idarecilere, aileme ve burada bir an isimlerini yazmayı unuttuğum tüm gönül dostu hemşerilerime sonsuz teşekkürlerimi iletirim" dedi. **Haber Merkezi**



Sağlık Köşesi

Kahve Tüketimi Hakkında Bilinmesi Gereken 9 Önemli Nokta
“Güne kahve içmeden başlayamıyorum.” diyenler dikkat

Kimileri ‘güne zinde başlamak’, kimileri ‘sosyalleşmek’, kimileri ‘işe konsantrasyon sağlamak’, kimileri de ‘yorgunluk atmak’ için sarılıyor kahveye... Hal böyle olunca, modern çağın vazgeçilmez haline gelen kahvenin tüketimi, son yıllarda 7’den 70’e hemen her kesimde hızla artıyor! Ancak dikkat! Günümüzde hem türleri hem de hazırlanma biçimleri ile sayısız şekilde karşımıza çıkan kahve, bazı kurallara dikkat edilmediğinde sağlığa fayda yerine çok ciddi zarar verebiliyor! Aromalar, şuruplar, tatlandırıcılar, kremalar ve aşırı sıcaklarda serinlemek amacıyla aşırı şekilde tüketilebilen cezbedici soğuk karışımları derken diyabetten obeziteye dek birçok sağlık sorununa zemin hazırlayabiliyor.



İçecek haline getirebiliyor. Bu içerikler yüksek kalori değerleri ile de kilo artışına hatta diyabet ya da obezite ile ilişkili hastalıklara davetiye çıkarabiliyor. Bu nedenle kahve tüketirken dikkatli olmak gerekir” diyor. Beslenme ve Diyet Uzmanı Nur Ecem

Baydı Ozman, kahve tüketimi hakkında bilinmesi gereken 9 noktayı anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.

• BAĞIMLILIK OLUŞTURABİLİYOR

Çoğumuz kahveyi ayılmak, daha dinç kalmak için tüketmekteyiz. Kahve içeriğindeki kafein uyanık kalmaya yardımcı olmaktadır ancak kahve sürekli tüketildiğinde tolerans geliştirebilir yani aynı ayık ya da uyanık kalma halini yakalayabilmek için daha fazla miktarda kahveye gereksinim duyulabilmektedir. Bu da sizi zamanla daha fazla kahve tüketmeye ve böylece kafeinin fazlasının zararlarına maruz kalmanıza neden olabilir.

• FAZLA KALORİ ALIMINA YOL AÇABİLİYOR

Kahveden fazla kalori alabileceğinizi biliyor muydunuz? Kahve türlerinde genel olarak 100 ml yani 1 çay bardağında 2-3 kkal bulunur ve bu anlamlı bir kalori miktarı değildir. Ancak, kahve tüketirken süt tozu, krema, şeker, süt vb. eklendiğinde

kahvenin kalorisi artar ve bu ekstra kalori eklenmiş hali ile kahve fazla tüketildiğinde vücutta yağlanma ve buna bağlı olarak obezite, diyabet gibi hastalıklara zemin hazırlayabilir.

• 17:00’DEN SONRA KAHVE TÜKETMEYİN

Beslenme ve Diyet Uzmanı Nur Ecem Baydı Ozman; “Kafeinin uyku kaçırıcı etkisi bilinmektedir. Bu nedenle kafein tercihen gün içerisinde tüketilmelidir. Yapılan bilimsel çalışmalarda; uyumadan en az 6 saat önce veya 17:00’den önce kahve tüketiminin sonlandırılması önerilmektedir. Kahve tüketimi uyku saatine yaklaştıkça uyku kalitesini bozabilmekte, uyku süresini kısaltabilmektedir” diyor.

• GÜNLÜK 400 MG KAFEİN AŞILMAMALI

Sağlıklı bir yetişkin için günlük maksimum 400 mg kafein tüketimi uygundur. Hamile veya emziren kişilerde ise bu miktar günde 200 mg’dır. 60 ml bir espressoda 80 mg, 1 su bardağı yani 200 ml kadar filtre kahvede ise 90 mg kafein bulunur. Bu miktarlar kahvenin türüne, yoğunluğuna göre değişebilir. Günlük maksimum kafein dozunu aşmamak için; kahve dışında, çay, kakao ve diğer içeceklerden de kafein alınabileceği göz önüne alınarak, kahve ile birlikte bu tür içeceklerin toplam tüketiminin

günde üç-dört su bardağından fazla olmamasına dikkat edilmelidir.

• ÇOCUK VE ERGENLER UZAK DURMALI

Özellikle son yıllarda kahve çeşitliliği arttıkça, eskiden sadece yetişkinlerin içeceği olarak görülen kahve çocuk yaşta da çok sık tüketilen bir içecek haline geldi. Amerikan Pediatri Akademisi’nin; çocuk ve ergenlerin kafeinden uzak durmasını önerdiğini belirten Nur Ecem Baydı Ozman; “Yapılan çalışmalarda; çocuk ve ergenlerle ilgili güvenli dozlar belirtilmemektedir bu nedenle çocuk veya ergenlerin tercih etmemesi daha güvenli olacaktır. Aromalar, şuruplar, tatlandırıcılar, kremalar ve aşırı sıcaklarda serinlemek amacıyla aşırı şekilde tüketilebilen cezbedici soğuk karışımları derken kahve tüketimi hem çocuklarda hem de gençlerde ve yetişkinlerde diyabetten obeziteye dek birçok sağlık sorununa zemin hazırlayabiliyor” diyor.

• VÜCUTTAN SU ATIMINI ARTIRABİLİR

Kahve diüretik etki gösterebilir yani vücuttan böbrekler kanalı ile su atımını artırabilir. Burada önemli olan; kahve tüketiyorsak günlük yeterli miktarda su içtiğimizden emin olmamızdır. Kahve ya da çay gibi diğer kafeinli içecekler su yerine geçmez. Bu nedenle kilomuzu 30 ml ile çarpıp, çıkan sonuç kadar suyu her

gün düzenli şekilde tüketmeliyiz. Örneğin; 60 kg bir kişi her gün yaklaşık 1800 ml su tüketmelidir. Hem suyu az içip hem de kahveyi sık tükettiğimizde vücuttan su atılabilir ve yetersiz su tüketimi nedeni ile vücutta ödem oluşabilir. Kahvenin kendisi doğrudan ödem yapmasa da kahve tüketimi ile birlikte yeterli su içilmiyorsa bundan kaynaklı vücutta ödem oluşabilir.

• UYANIR UYANMAZ KAHVE İÇİLEBİLİR Mİ?

Beslenme ve Diyet Uzmanı Nur Ecem Baydı Ozman; “Bazı kaynaklar sabah uyanır uyanmaz kahve tüketmemeyi, tercihen uyandıktan 1-2 saat sonra kahve tüketimini önermektedir. Çünkü sabah uyanığımızda zaten yüksek olan ve kahve içerek daha yükselen kortizol hormonunun fazla salgılanması anksiyete, yüksek tansiyon, yüksek kolesterol ve kemik erimesinin yanı sıra bağırsıklık sisteminde düşüş gibi sorunlara yol açabilir. Ayrıca aç karna kahve içmek mide sorunlarına neden olabilir. Ancak yine de burada bir karar-zarar çalışması yaparak (kişinin sabah erken saatlerde kahve içerek ayılmaya ihtiyacı varsa, örneğin; araba kullanacaksa ve bunun için ayılmaya ihtiyacı varsa ve erken saatte kahve içmenin olumsuz herhangi bir etkisini hissetmiyorsa) sürekli olmak kaydıyla kişinin kararına

birakılabilir.

• FAZLASI KALP DAMAR SAĞLIĞINI BOZABİLİR

Kahve ılımlı düzeylerde tüketildiğinde kalp damar sağlığını koruyabilir ancak önerilen maksimum dozların üzerinde tüketildiğinde koroner kalp hastalığı riskini artırabilir. Kahve filtre edilmeden tüketildiğinde aterosklerotik yani kan damarlarında daralma oluşma etkisi artabilir. Bunun aksine kafein filtre edilerek tüketildiğinde bu etki azalır ve bu haliyle kahve kalp damar sağlığı üzerinde daha olumlu etkilere sahip olur. Hali hazırda hipertansiyonu ya da kalp damar hastalığı olan kişilerin kahve tüketim miktarı ve hazırlanması konusunda çok daha dikkatli davranmaları gerekmektedir.

• KAHVE HİÇBİR HALİ İLE YAĞ YAKTIRMAZ

Beslenme ve Diyet Uzmanı Nur Ecem Baydı Ozman; “Kahveye yağ yakması için tereyağ, hindistan cevizi yağı, limon, tarçın vb eklemek yanlış uygulamalardır ve bunlar kahveyi yağ yakıcı bir ürün yapmaz. Yine spordan önce kahve içmek yağ yakımına anlamlı bir katkı sağlamaz. Yağ yakmak vücutta bir kalori açığı yaratmak yani dengeli bir diyet ve düzenli egzersiz ile mümkün olabilir. Bu anlamda kahveyi zayıflama ya da yağ yakmak için tercih ediyor olmak yanlış bir uygulama olacaktır” diyor.

Kalp Kapağını Bozan Sinsi Tehlikelere Dikkat

Kalp kapağı hastalıklarında gözden kaçan önemli sinyaller

Günümüzde kalp ve damar hastalıklarının görülme sıklığı tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de hızla artıyor. İşlenmiş gıdalar, aşırı tuz tüketimi, karbonhidrat ağırlıklı beslenme, yoğun stres, hareket-sizlik ve sigara kullanımını gibi birçok etken kalp ve damar hastalıklarının yaygınlaşmasına neden olurken, kalp kapaklarındaki yıpranma da tehlikeyi artırıyor.



Acıbadem Bakırköy Hastanesi Kardiyoloji Uzmanı Doç. Dr. Onur Taşar; “Yaş ilerledikçe kalp kapağı problemleri de artmaktadır. İnsan kalbinin işlevlerini yeterli bir şekilde yerine getirebilmesi için tüm kapakların sağlıklı olması gerekir. Ancak sigara, obezite, kontrolsüz diyabet, yüksek tansiyon ve yüksek kolesterol gibi etkenler kalp

kapaklarına ciddi zarar vermekte ve sorun çoklu organ yetmezliğine kadar gidebilmektedir” diyor.

Kardiyoloji Uzmanı Doç. Dr. Onur Taşar kalp kapağını bozan sinsi tehlikeleri ve tedavide genilen noktayı anlattı, önemli uyarılar ve önerilerde bulundu.

Nefes darlığı, yorgunluk ve çarpıntı... Modern çağın koşuşturmacasında genç-yaşlı pek çok kişi bu sorunlardan bir veya birkaçıyla karşılaşılıyor ancak çoğunlukla ‘dinlenirsem geçer’ ya da ‘hemen doktora gitmeye gerek yok’ düşüncesiyle doktora başvurmayı erteleyebiliyor. Hal böyle olunca sorun ileri dönemde; ciddi ritim bozuklukları, kalp yetersizliği hatta akciğer ödemi gibi hayati önem taşıyan boyutlara ulaşabiliyor! Acıbadem Bakırköy Hastanesi Kardiyoloji

Uzmanı Doç. Dr. Onur Taşar dünyada olduğu gibi ülkemizde de kalp ve damar hastalıklarının ölüm nedenleri arasında ilk sırada yer aldığını vurgularken, buna rağmen kalbimize gerekli özeni göstermediğimizi belirterek; “İletişim araçlarının gelişmesiyle birlikte artan farkındalık ve tıbbi teknolojinin ilerlemesiyle de erken teşhisin getirdiği faydalar bu konunun avantajlı yönleridir. Ancak işlenmiş gıdalarla beslenme, düzensiz yaşam, yoğun stres ve sporun hayatımıza yeterince adapte edilemeyişi kalp ve damar sağlığımızı olumsuz etkilemektedir. Ve maalesef tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de her geçen gün kalp ve damar hastalıkları giderek artmaktadır” diyor.

ÇOKLU ORGAN YETERSİZLİĞİNE YOL AÇABİLİYOR



Kalp kapaklarının da genetik etkenler, sağlıksız yaşam alışkanlıkları ve ilerleyen yaş gibi faktörlerle bozulduğunu ve hayati riske yol açabildiğini belirten Doç. Dr. Onur Taşar şöyle konuşuyor: “Sağlıklı bir insanın kalbinde dört tane kapak sistemi vardır. Yaş ilerledikçe kapak problemleri de artmaktadır. Kalp kapaklarından mitral kapak problemleri doğası gereği genellikle erken aşamalardan itibaren belirti verdiğinden teşhisi hastalık kritik düzeye gelmeden olmaktadır. Ancak bazen ani gelişen ileri düzey kapak

yetersizlikleri acil servise başvurmayı gerektirecek ölçüde nefes darlığı hatta şok tablosuna yol açabilmektedir. Erken teşhis edilse de zamanında müdahale edilmeyen hastalarda en nihayetinde kalp, akciğer ve

hatta çoklu organ yetersizliği belirtileri ortaya çıkmaktadır.” Mitral kapak hastalıklarının tedavisinin açık kalp ameliyatının yanı sıra, son yıllarda hızla gelişen teknoloji sayesinde girişimsel kardiyologlar tarafından anjiyografik olarak yani kapalı yöntemle yapılabildiğini vurgulayan Doç. Dr. Taşar, hangi hastaya hangi tedavi yönteminin uygun olacağına Kardiyoloji -Kalp Damar cerrahisi ortak konseyde karar verildiğini ve başarılı sonuçlar alındığını vurguluyor.

KALP KAPAKLARININ

SİNSİ DÜŞMANLARI

Kapak hastalıklarından bir kısmı genetik olurken, kişinin yanlış yaşam alışkanlıkları ve çevresel faktörler de kapaklara dolaylı şekilde ciddi zarar verebiliyor. Koroner arter hastalığı ile sonuçlanan damar sertliğinin özellikle mitral kapak sisteminin fonksiyonunu bozarak yetersizliğe yol açabildiğini belirten Doç. Dr. Onur Taşar; “Dolayısıyla koroner arter hastalığına yol açan sigara, obezite, kontrolsüz diyabet, yüksek tansiyon ve yüksek kolesterol gibi etmenler kalp kapağına ciddi zarar verebilmektedir” diyor. Doç. Dr. Taşar, kalp kapak hastalıkları tanısı olan bireylerin düzenli kontrollerini yaptırmalarının ve tedavi yöntemini belirlerken mutlaka kapak hastalıkları konusunda deneyimli merkezlere başvurmalarının önemli olduğunu söylüyor.

U17 ELİT B LİGİ FİKSTÜRÜ

1.Hafta

SAKARYASPOR A.Ş.	2-0	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	1-0	DENİZLİSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	1-2	KOCAELİSPOR
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	0-2	ESENLER EROKSPOR
BUCASPOR 1928	2-0	SARIYER
KASIMPAŞA A.Ş.	1-2	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ALTINORDU	3-0	GİRESUNSPOR
BOLUSPOR	1-0	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
ALTAY	1-1	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

3.Hafta

ALTAY	2-1	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SARIYER	2-0	DENİZLİSPOR
BOLUSPOR	1-2	KOCAELİSPOR
BUCASPOR 1928	0-2	ESENLER EROKSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	1-2	SAKARYASPOR A.Ş.
KASIMPAŞA A.Ş.	4-1	GİRESUNSPOR
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	1-2	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR
ALTINORDU	2-0	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	0-1	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.

9.Hafta

SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	ALTAY
KASIMPAŞA A.Ş.	-	BOLUSPOR
BUCASPOR 1928	-	SAKARYASPOR A.Ş.
ESENLER EROKSPOR	-	GİRESUNSPOR
DENİZLİSPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	KOCAELİSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	-	ALTINORDU
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR
SARIYER	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.

11.Hafta

BELLONA KAYSERİSPOR	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	BOLUSPOR
BUCASPOR 1928	-	ALTAY
DENİZLİSPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SARIYER	-	KOCAELİSPOR
KASIMPAŞA A.Ş.	-	ALTINORDU
ESENLER EROKSPOR	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

17.Hafta

GİRESUNSPOR	-	ALTAY
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	BOLUSPOR
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	SAKARYASPOR A.Ş.
SARIYER	-	KASIMPAŞA A.Ş.
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	BELLONA KAYSERİSPOR
ESENLER EROKSPOR	-	ALTINORDU
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	KOCAELİSPOR
DENİZLİSPOR	-	BUCASPOR 1928

19.Hafta

KASIMPAŞA A.Ş.	-	ESENLER EROKSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	SARIYER
BUCASPOR 1928	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	GİRESUNSPOR
BOLUSPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
BELLONA KAYSERİSPOR	-	DENİZLİSPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	KOCAELİSPOR
ALTINORDU	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR
ALTAY	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.

25.Hafta

BELLONA KAYSERİSPOR	-	ESENLER EROKSPOR
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	BOLUSPOR
ALTINORDU	-	ALTAY
KASIMPAŞA A.Ş.	-	SAKARYASPOR A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	GİRESUNSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
BUCASPOR 1928	-	KOCAELİSPOR
DENİZLİSPOR	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
SARIYER	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

27.Hafta

KASIMPAŞA A.Ş.	-	ALTAY
BUCASPOR 1928	-	BOLUSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	SAKARYASPOR A.Ş.
BELLONA KAYSERİSPOR	-	GİRESUNSPOR
SARIYER	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	ALTINORDU
DENİZLİSPOR	-	KOCAELİSPOR
ESENLER EROKSPOR	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.

2.Hafta

KOCAELİSPOR	2-3	SAKARYASPOR A.Ş.
GİRESUNSPOR	1-2	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	1-0	ALTAY
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	0-2	BOLUSPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	0-1	BUCASPOR 1928
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	1-0	ALTINORDU
SARIYER	3-0	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ESENLER EROKSPOR	0-3	KASIMPAŞA A.Ş.
DENİZLİSPOR	0-3	BELLONA KAYSERİSPOR

4.Hafta

SARIYER	1-1	BELLONA KAYSERİSPOR
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	2-3	KASIMPAŞA A.Ş.
GİRESUNSPOR	0-2	BUCASPOR 1928
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	3-1	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
KOCAELİSPOR	2-0	ALTAY
SAKARYASPOR A.Ş.	3-1	BOLUSPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	3-0	DENİZLİSPOR
ESENLER EROKSPOR	3-0	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	ALTINORDU

10.Hafta

KOCAELİSPOR	-	DENİZLİSPOR
BOLUSPOR	-	BUCASPOR 1928
SAKARYASPOR A.Ş.	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	BELLONA KAYSERİSPOR
ALTAY	-	KASIMPAŞA A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	SARIYER
ALTINORDU	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	ESENLER EROKSPOR

12.Hafta

BOLUSPOR	-	DENİZLİSPOR
ALTINORDU	-	BUCASPOR 1928
ALTAY	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	KASIMPAŞA A.Ş.
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	BELLONA KAYSERİSPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	SARIYER
KOCAELİSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	GİRESUNSPOR
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	ESENLER EROKSPOR

18.Hafta

SARIYER	-	BUCASPOR 1928
GİRESUNSPOR	-	ALTINORDU
KOCAELİSPOR	-	BELLONA KAYSERİSPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	KASIMPAŞA A.Ş.
DENİZLİSPOR	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	SAKARYASPOR A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	BOLUSPOR
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	ALTAY
ESENLER EROKSPOR	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR

20.Hafta

ESENLER EROKSPOR	-	BUCASPOR 1928
SAKARYASPOR A.Ş.	-	BELLONA KAYSERİSPOR
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	ALTINORDU
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	KASIMPAŞA A.Ş.
DENİZLİSPOR	-	SARIYER
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	ALTAY
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
KOCAELİSPOR	-	BOLUSPOR

26.Hafta

SAKARYASPOR A.Ş.	-	BUCASPOR 1928
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	DENİZLİSPOR
KOCAELİSPOR	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ALTINORDU	-	BELLONA KAYSERİSPOR
BOLUSPOR	-	KASIMPAŞA A.Ş.
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	SARIYER
GİRESUNSPOR	-	ESENLER EROKSPOR
ALTAY	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR

28.Hafta

SAKARYASPOR A.Ş.	-	DENİZLİSPOR
BOLUSPOR	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ALTINORDU	-	KASIMPAŞA A.Ş.
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	BELLONA KAYSERİSPOR
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	GİRESUNSPOR
KOCAELİSPOR	-	SARIYER
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	ESENLER EROKSPOR
ALTAY	-	BUCASPOR 1928

5.Hafta

SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	1-0	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
ALTINORDU	2-3	KOCAELİSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	1-1	BOLUSPOR
DENİZLİSPOR	0-3	ESENLER EROKSPOR
SARIYER	3-4	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	0-3	GİRESUNSPOR
ALTAY	1-1	SAKARYASPOR A.Ş.
KASIMPAŞA A.Ş.	2-0	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
BUCASPOR 1928	1-1	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

7.Hafta

BUCASPOR 1928	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
KASIMPAŞA A.Ş.	-	KOCAELİSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	-	ALTAY
ALTINORDU	-	BOLUSPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ESENLER EROKSPOR
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
SARIYER	-	GİRESUNSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
DENİZLİSPOR	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

13.Hafta

BUCASPOR 1928	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
DENİZLİSPOR	-	ALTAY
SARIYER	-	BOLUSPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	SAKARYASPOR A.Ş.
BELLONA KAYSERİSPOR	-	KASIMPAŞA A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
ESENLER EROKSPOR	-	KOCAELİSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	ALTINORDU
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.

15.Hafta

DENİZLİSPOR	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
ESENLER EROKSPOR	-	BOLUSPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ALTAY
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
GİRESUNSPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
BUCASPOR 1928	-	BELLONA KAYSERİSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	KASIMPAŞA A.Ş.
ÜMRANİYESPOR	-	
SARIYER	-	ALTINORDU

21.Hafta

BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	ESENLER EROKSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	-	SARIYER
BOLUSPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
BUCASPOR 1928	-	GİRESUNSPOR
DENİZLİSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ALTINORDU	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
ALTAY	-	KOCAELİSPOR
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
KASIMPAŞA A.Ş.	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

23.Hafta

ALTAY	-	BOLUSPOR
SARIYER	-	ESENLER EROKSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ALTINORDU	-	SAKARYASPOR A.Ş.
DENİZLİSPOR	-	GİRESUNSPOR
KASIMPAŞA A.Ş.	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	KOCAELİSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR
BUCASPOR 1928	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.

29.Hafta

BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	ALTAY
KASIMPAŞA A.Ş.	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
DENİZLİSPOR	-	BOLUSPOR
SARIYER	-	SAKARYASPOR A.Ş.
ESENLER EROKSPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
BUCASPOR 1928	-	ALTINORDU
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	KOCAELİSPOR
GİRESUNSPOR	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.
BELLONA KAYSERİSPOR	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

31.Hafta

BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	BOLUSPOR
SARIYER	-	ALTAY
ESENLER EROKSPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
BUCASPOR 1928	-	KASIMPAŞA A.Ş.
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
DENİZLİSPOR	-	ALTINORDU
GİRESUNSPOR	-	KOCAELİSPOR
BELLONA KAYSERİSPOR	-	ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.

33.Hafta

SARIYER	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
ESENLER EROKSPOR	-	ALTAY
GİRESUNSPOR	-	BOLUSPOR
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	SAKARYASPOR A.Ş.
DENİZLİSPOR	-	KASIMPAŞA A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	BELLONA KAYSERİSPOR
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	ALTINORDU
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	KOCAELİSPOR
BATMAN PETROL SPOR A.Ş.	-	BUCASPOR 1928

6.Hafta

ESENLER EROKSPOR	-	SARIYER
KOCAELİSPOR	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
BOLUSPOR	-	ALTAY
SAKARYASPOR A.Ş.	-	ALTINORDU
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	BUCASPOR 1928
GİRESUNSPOR	-	DENİZLİSPOR
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	KASIMPAŞA A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	BELLONA KAYSERİSPOR

8.Hafta

ALTAY	-	ALTINORDU
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	DENİZLİSPOR
KOCAELİSPOR	-	BUCASPOR 1928
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
SAKARYASPOR A.Ş.	-	KASIMPAŞA A.Ş.
ESENLER EROKSPOR	-	BELLONA KAYSERİSPOR
GİRESUNSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	SARIYER
BOLUSPOR	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR

14.Hafta

ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR
ALTINORDU	-	DENİZLİSPOR
KASIMPAŞA A.Ş.	-	BUCASPOR 1928
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	BELLONA KAYSERİSPOR
ALTAY	-	SARIYER
KOCAELİSPOR	-	GİRESUNSPOR
BOLUSPOR	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
SAKARYASPOR A.Ş.	-	ESENLER EROKSPOR

16.Hafta

KASIMPAŞA A.Ş.	-	DENİZLİSPOR
BUCASPOR 1928	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
BELLONA KAYSERİSPOR	-	ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ
SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR	-	SARIYER
BOLUSPOR	-	GİRESUNSPOR
ALTINORDU	-	FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.
ALTAY	-	ESENLER EROKSPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR

22.Hafta

CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	BUCASPOR 1928
KOCAELİSPOR	-	ALTINORDU
BOLUSPOR	-	BELLONA KAYSERİSPOR
ESENLER EROKSPOR	-	DENİZLİSPOR
GİRESUNSPOR	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	KASIMPAŞA A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	SARIYER
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	ALTAY

24.Hafta

ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	BUCASPOR 1928
CENTRAL HOSPİTAL ÜMRANİYESPOR	-	DENİZLİSPOR
BOLUSPOR	-	ALTINORDU
ESENLER EROKSPOR	-	DENİZLİSPOR
GİRESUNSPOR	-	BATMAN PETROL SPOR A.Ş.
ÇAYKUR RİZESPOR A.Ş.	-	KASIMPAŞA A.Ş.
FATİH KARAGÜMRÜK A.Ş.	-	SARIYER
ANKARA KEÇİÖRENGÜCÜ	-	SULTANBEYLİ BELEDİYE SPOR
SAKARYASPOR A.Ş.	-	ALTAY

30.Hafta



SÜLEYMAN ANAFOROĞLU® metal grup
metal sanayi ve ticaret A.Ş.
demir-sac-profil
paslanmaz - alüminyum - kompozit
www.anaforglu.com.tr
444 8 028



Merkez

Alüminyum Şube

GİRESUN GÜNDEM SPOR

www.giresungundem.com

28 Eylül 2024 Cumartesi

Sayfa: 8



Giresunspor, Çotanak Spor Kompleksinde oynayacağı Elazığspor karşılaşmasına 3 puan parolası ile hazırlandı. Rakip henüz mağlubiyet ile tanışmadı. Zorlu 90 dakikayı Tolga Akbaba yönetecek.

Yardımcıları Göktuğ Hazer Erol, Burak Sami Şadi. Müsabakanın başlama saati: 19.00

İlki Biz Gerçekleştirelim

Giresunspor'un teknik adamı Metin Aydın, Elazığspor maçındaki hedeflerinin 3 puan olduğunu açıkladı.

Metin hoca; "İçeride oynayacağımız zorlu Elazığspor maçında galibiyet olarak taraftarlarımızı mutlu etmek istiyoruz. Bunu yapabilecek gücümüz var. Taraftarlarımız bizi desteklesinler, Elazığspor maçında tribünleri doldurarak bizlere değer katsınlar, kıymetli olduklarını hissettirsinler, futbolcularımız da bizi mahcup etmeyecektir, onlar adına ben söz veriyorum" dedi.

YAYIN

Giresunspor'un bu hafta iç sahada Elazığspor ile oynayacağı karşılaşmada yayın olmayacak. TFF bilindiği gibi İkinci Lig ve 3. Ligde her hafta toplamda altı maçı YouTube kanalı (https://www.youtube.com/Türkiye-FutbolFederasyonu) aracılığıyla yayınlıyor. Ekranaya gelecek olan karşılaşmalar arasında Pazar akşamı oynanacak ve 19.00'da başlayacak Giresunspor-Elazığspor müsabakası yer almıyor.



şpor müsabakası yer almıyor.

BİLET SATIŞLARI

Giresunspor, Pazar günü Elazığspor'u Çotanak Stadı'nda ağırlayacak. Elazığspor maçının biletleri, cuma sabahı satışa çıkarken ve taraftarlar Atatürk Meydanı'ndaki eski Passolig gişesinden biletlerini temin edebilecekler. Ayrıca maç günü Çotanak Stadı'ndaki gişeler-

den de satışlar devam edecek. Yönetim, taraftarlara yoğunluk yaşanmaması için biletlerini erkenden almayı öneriyor

ZİYARET

Giresunspor Başkanı Emin Eltuğral ve Genel Sekreter İbrahim Güler, dün İstanbul'da ERSAS Alüminyum'un sahibi ve Gözeler Holding Yönetim Kurulu Başkanı Mustafa Göze

ile Yönetim Kurulu Üyesi İbrahim Göze'ye bir nezaket ziyareti gerçekleştirdi. Ziyarete, Alucra Vakfı Başkanı Süleyman Baba da yer aldı.

Giresunspor Yönetimi, Mustafa Göze ve İbrahim Göze'ye misafirperverlikleri ve Giresunspor'a gösterdikleri ilgi nedeniyle teşekkür etti. Ziyaret sırasında, Başkan Emin Eltuğral, Göze kardeşlere isimlerinin yazılı olduğu 28 numaralı Giresunspor formasını hediye etti.

HEDİYE

Ziyaret, Giresunspor forması hediye edilerek son buldu.

FORMA

Giresunspor'da geride kalan dört haftada beş futbolcu formasını hiç çıkarmadı. Çotanaklar'da Mehmet Keskin, Şahin Dik, Barış Gün ve Arda Kılıç ile Furkan Kütük geride kalan maçların tamamında 90 dakika forma giydi. Öte yandan ekibimizde Kaleci Erkan 3 maç, Kasım Alperen ise iki karşılaşmada sakatlığından ötürü sahada olamadı.

Haber: Osman Yılmaz

Bulancakspor'da Transferler Devam Ediyor



Bölgesel Amatör Lig 2. Grup'ta mücadele edecek olan 1926 Bulancakspor'dan iki transfer haberi daha geldi. Kadrosundaki eksikleri tamamlayıp güçlendirmek için Transfer çalışmalarını sürdüren 1926 Bulancakspor, Bartınspor'da forma giyen 33 yaşındaki Mert Filiz'i kadrosuna kattı. Ön libero mevkiinde görev alan tecrübeli oyuncu, 1926 Bulancak-

por'un sportif direktörü Ali Fuat Bakar ile birlikte kulüp tesislerinde kendisini kırmızı-beyazlı kulübe bağlayan sözleşmeyi imzaladı.

Şimşekler, dış transferde geçtiğimiz sezon Smart Holding Çayelispor forması giyen, 25 golle krallığı ve şampiyonluk yaşayan deneyimli forvet Halil İbrahim Cenik ile anlaştı.

Haber: Samet Yıldız

Yine Yanlış Yoldalar



Süper Amatör Küme Stakımlarından Tireboluspor geçen sezon olduğu gibi takımı Trabzonlu teknik adama emanet edecek ve oyuncularını da o bölgeden getirecek.

Yeni sezon için rotasını yine Trabzon'a çeviren ve antrenör Salih Kaya ile anlaşılan Tireboluspor, oyuncu kadrosunun büyük bir bölümünü Trabzonlu futbolculardan kuracak. Antrenör Kaya'nın getireceği Beşikdüzü ağırlıklı oyunculara, ilçeden Kemal Toraman, Serhat Kemal ve Akın Arda Kılıç gibi futbolcular ilave edilecek. Antrenör Ka-

ya'nın getireceği futbolcuların büyük bir bölümü ile görüşen kulüp başkanı Adem Kemal, yeni sezon için güçlü bir kadro kuracaklarını ifade ederek, "2024-2025 sezonunda ligde ses getirecek bir kadro kuracağız. Bunun için de ilk olarak şampiyon antrenör Salih Kaya ile anlaştık. En geç bir hafta içinde kadromuzu oluşturup çalışmalarına başlayacağız. Tireboluspor yeni sezona bomba gibi girecek ve hiç kimsenin tahmin edemeyeceği sonuçlar alacaktır. Tüm çalışmalarımız bu yöndedir" şeklinde konuştu

Haber Merkezi

Göze'den Ergün'e Ziyaret



Giresun Sanayispor Kadın Futbol Takımı Başkanı Ünal GÖZE ve Yönetim Kurulu Üyeleri, Gençlik ve Spor İl Müdürü Muzaffer ERGÜN'ü ziyaret etti. Ziyaret kapsamında kulübün çalışmaları ve faaliyetleri istişare edildi. İl Müdürü Muzaffer ERGÜN, TFF Kadınlar 1.Ligi'nde mücadele edecek olan takımımıza şampiyonluk yolunda başarılar diledi.

Haber: Osman Yılmaz

DERELİSPOR SAHAYA İNDİ!

Lige girmeme kararı alan Lancak daha sonra bu karardan vazgeçen Derelispör'da yeni sezon hazırlıkları Giresun'da başladı.

Mücadele edecekleri ligde başarı hedefleyen Derelispör ilk idmanını Giresun Çotanak Kompleksi içerisinde bulunan sahada gerçekleştirdi.

Teknik heyet ve Oyuncu-



lar, ligde başarılı olabilmek ve ilçeyi en iyi şekilde temsil edebilmek adına ter akıtacaklarını belirterek tüm camiayı

yanlarında görmek istediklerini ifade ettiler.

Haber: Hakan Çelebi

'Sağlıklı bir yaşam için hareketi bırakma'

Gençlik ve Spor Bakanlığı ile Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu (HİS) iş birliğiyle düzenlenen "Herkes İçin Ulusal Spor ve Sağlık Günleri" yürüyüş etkinliği, Giresun'da gerçekleştirildi. Etkinlik, Giresun Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'nün ev sahipliğinde, tarihi özgürlük yolu mevkiinde düzenlendi.

Gençlik ve Spor İl Müdürü Muzaffer ERGÜN'ün katılımıyla gerçekleşen yürüyüş etkin-



liğine, gençler ve çok sayıda sporsever ilgi gösterdi. Her yıl geleneksel olarak düzenlenen Avrupa Spor Haftası etkinlikleri, farklı yaş gruplarından ve

statülerden bireyleri bir araya getirerek hareket bilincini artırmayı ve sağlıklı yaşamı teşvik etmeyi amaçlıyor.

Haber: Hakan Çelebi

